



# ¡¡S.O.S.mos Padres !!!



Biblioteca Municipal "Torrente Ballester"

Pso. Los Olivos 10-22 37005 Salamanca

Nº 20 — Marzo, 2005

## SALUD

### Estoy embarazada ¿Y ahora qué?

Lorraine C. Ladish

Planeta, 2004

(Planeta prácticos)

Este libro pretende preparar a la nueva madre a afrontar todas aquellas cuestiones que puedan surgirle ante la experiencia de ser madre por primera vez. La autora aborda también el papel de la pareja en el embarazo y en el cuidado de los hijos, la imagen de la mujer y la vuelta al trabajo, entre otras cosas. El mensaje más importante es que la maternidad tiene mucho de intuición. Ser madre y compatibilizarlo con la profesión y la pareja es más un arte que una ciencia. La autora, que aporta su propia experiencia y la de otras mujeres, arguye que desde el momento en que la mujer se preocupa de ser una buena madre, lo será.



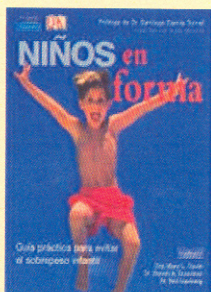
SOSMOSPADRES

### Niños en forma: guía práctica para evitar el sobrepeso infantil

Mary L. Gavin

Pearson Alhambra, 2004

Niños en forma marca la dieta ideal de lo que deberían comer los niños desde la primera quincena de su vida. El eje principal del libro no es la nutrición infantil convencional, sino cómo evitar que los niños engorden de forma insana.



Mantener al pequeño lo más lejos posible del televisor e iniciarlo, a partir de los 7 años, en una tabla de ejercicios, son algunos de los complementos contra el sobrepeso que sugiere el manual. De lo contrario, el niño puede sufrir muy pronto los trastornos colaterales del sobrepeso: intolerancia a la práctica de deportes, dificultad para respirar de día o de noche, hipertensión, diabetes y depresión.

## SALUD

### Anorexia y Bulimia ¿qué puede hacer la familia?

Lecina Fernández

Eneida, 2004

(Cuadernos de educación para la salud)



Anorexia y Bulimia es un libro pensado para los padres y las madres, así como una herramienta de trabajo para los/las profesionales que trabajan con familias y pacientes afectados/as por los trastornos de la conducta alimentaria. A lo largo del texto nos vamos a encontrar no sólo con el proceso de la enfermedad y su tratamiento, sino también con aquellos interrogantes que se plantean desde la familia sin que, en muchos casos, se obtengan respuestas: ¿Cómo puedo ayudar? ¿Qué tengo que hacer? ¿He de pedir ayuda? En definitiva se trata de informar de forma que se entienda el problema y revelar la importancia de los cambios personales, tanto del enfermo como de los familiares, para conseguir su mejora.

## PEQUEÑOS PROBLEMAS

### ¿Por qué sueño cosas feas?

Olga Alamán

Ilustración Clara Roca

Destino, 2004

(¿Por qué?, 3)



En este pequeño libro ilustrado se nos presenta a una familia de cuatro miembros: papá, mamá y dos hermanos (un niño y una niña) de unos 7 años. A través de ellos nos hace un recorrido por los miedos más significativos de la infancia.

Para cada miedo, uno de los hermanos plantea una pregunta ("¿por qué no quiero apagar la luz?", "¿por qué tengo que ir al médico?", "Mamá, ¿dónde estás?", etc.) a la que responde el padre, la madre o ambos, de una manera clara, directa y sencilla, aclarando sin rodeos la duda planteada y utilizando para ello un lenguaje fácilmente entendible para los niños quienes, además, seguro que al leerlo se sentirán identificados. En la misma colección:

### ¿Por qué no puedo colarme?

Olga Alamán

Ilustración Clara Roca

Destino, 2004

(¿Por qué?, 3)

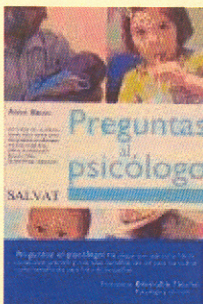
## PSICOLOGÍA

### Preguntas al psicólogo. Especial pequeños

Anne Bacus

Salvat, 2004

Frente a las preguntas que se hacen los padres sobre la educación de sus niños, he aquí un libro que permite mantener el rumbo. No vacila en dar consejos y ayuda a todos a encontrar sus propias respuestas.



### Baby Galileo [DVD]

Baby Einstein, 2004

Descubriendo el Cielo presenta a bebés y preescolares las maravillas del cielo- el sol y la luna, nubes mullidas, estrellas relucientes, planetas de colores y galaxias que dan vueltas. Este original e inspirador vistazo a nuestro universo suscitará la curiosidad de tu bebé a través de imágenes espectaculares, juguetes llenos de colorido, atractivas marionetas y hermosas músicas de Mozart, Chopin, Schubert, Strauss y Tchaikovsky.



## TIEMPO LIBRE

### Tu hijo juega y aprende

Penny Warner

Oniro, 2004

(El niño y su mundo)

Este libro viene a ser una continuación de Tu bebé juega y aprende, que la experta en desarrollo infantil Penny Warner dedicaba a los niños desde el nacimiento hasta los 3 años. En esta ocasión se dirige a los niños de 3 a 6 años, para quienes ha concebido 150 propuestas de juegos y actividades que les proporcionarán muchas horas de diversión, a la vez que les ofrecen nuevas oportunidades de aprendizaje y desarrollo personal. En cada juego y actividad se incluye: una descripción de las capacidades que los niños desarrollan mientras juegan (lenguaje, capacidad mental, habilidad motora, resolución de problemas, imaginación...), instrucciones detalladas, edades recomendadas, materiales necesarios, variaciones sobre los mismos juegos para aumentar la diversión y el aprendizaje, consejos útiles para evitar riesgos, y magníficas ilustraciones en blanco y negro para demostrar gráficamente cómo se juega.



**Juegos para ayudar a aprender a tu hijo**

Sally Goldberg

Oniro, 2004

(El niño y su mundo)

Este libro, que incluye más de 75 actividades innovadoras, constituye un programa especializado de juego y aprendizaje para niños en edad preescolar. La autora, especializada en



educación infantil, ayuda a los padres a fomentar las capacidades motrices, cognitivas y sociales de su hijo durante los cinco primeros años de vida, época en que, según los expertos, tiene lugar casi el noventa por ciento del desarrollo cerebral.

**EDUCACIÓN**

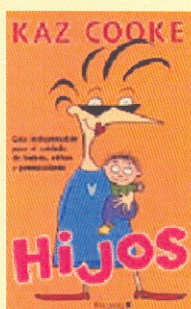
**Hijos**

Kaz Cooke

Ediciones B, 2004

Ahora que ya tienes un hijo, ¿qué vas a hacer con él?

Kaz Cooke te proporciona toda la información más actualizada y fiable, con los consejos de los más



expertos, entre los que se cuentan las madres y los padres.

Hijos es divertido, tranquilizador y práctico, sin valoraciones al estilo de los gurús sobre la manera correcta de actuar: sólo un abanico de soluciones eficaces entre las que podrás escoger.

**Bebé y compañía**

Carles Capdevila

RBA, 2004

Bajo este título, Capdevila, aborda en clave de comedia cómo el nacimiento de un hijo cambia por completo la vida de los recién estrenados padres. El argumento de esta historia es único y universal: ella



y él piensan en el asunto, ella y él lo ponen en práctica, ella y él esperan, ella y él se desesperan, ella tiene la criatura (él la mira)... y la criatura cambia sus vidas. Pero no sólo aparecen aquí los protagonistas, el escritor introduce unos actores secundarios perfectamente descritos: abuelos, el ginecólogo o el pediatra etc. integran una compañía artística liderada por la criatura".

SOSmos Padres SOSmos Padres SOSmos Padres SOSmos

**red de bibliotecas municipales**  
**s a l a m a n c a**